

## PCOS, hormonaalinen ja metabolinen oireyhtymä, jääkö raskaus haaveeksi?

### Yleinen ongelma, joka olisi syytä tunnistaa ajoissa

PCOS (munasarjojen monirakkulaoireyhtymä) on oireyhtymä, johon liittyy usein muitakin sairauksia. Metabolinen oireyhtymä, tyypin 2 diabetes, astma ja vaikutukset elämänlaatuun ovat yleisiä. Koska PCOS aiheuttaa kuukautiskierron epäsäännöllisyyttä, raskaaksi tuleminen voi olla vaikeaa. Usein tarvitaan lapsettomuushoitoja. Apteekkeihin tulee nyt uusi valmiste, josta on saatu lupaavia tuloksia PCOS:n hoitoon.

PCOS ei ole harvinaisuus, sillä sitä ilmenee noin 18 %:lla naisista. Diagnoosi tehdään kuitenkin valitettavan harvoin ja usein turhan myöhään.

Paino-ongelmaan tarvitaan yleensä apua PCOS-oireyhtymän ollessa kyseessä. Painoasia on usein rasittanut naisen elämää jo kauan. Myös ahdistuneisuutta ja masentuneisuutta esiintyy. Naisen elämässä liiallinen karvankasvu ja suuri ylipaino ovat vaikeita asioita.

*”Painonhallinta korjaa sokeriaineenvaihduntaa ja laskee miessukuhormonituotantoa ja suojaa kohdun limakalvoa, kun saadaan kuukautiset pyörimään. Olisi tärkeää miettiä sokerinrasituskokeita ja painonhallintaa jo ajoissa ennen raskauden yritystä. Siksi varhainen diagnoosi on tärkeää”, Naistentautien ja synnytysten erikoislääkäri, dosentti Terhi Piltonen muistuttaa.*

### Uutta toivoa inositolista ja foolihaposta

Metaboliaan ja raskautta suunnitteleville on nyt tarjolla myös uusi ravintolisävalmiste, josta on saatu hyviä alustavia tutkimustuloksia PCOS-oireyhtymästä kärsivillä.

Myo-inositolia, D-chiro-inositolia ja foolihappoa (B9-vitamiini) sisältävä reseptivapaa valmiste **Donaferty** edistää tutkimusten mukaan normaalia hormonituotantoa sekä insuliini- ja glukoosiaineenvaihduntaa.<sup>1-5</sup>

Osa PCOS-potilaista saa metformiinistä pahoja sivuvaikutuksia, eikä annosta voida nostaa riittävän suureksi. Silloin vaihtoehto voisi olla tämä inositolia ja foolihappoa sisältävä valmiste.

**Inositoli** vaikuttaa solujen toimintaan ja sitä kautta vaikuttaa painonhallintaan ja ovulaatioon. Se luokitellaan joskus B-vitamiinien ryhmään, vaikkei varsinaisesti olekaan vitamiini. Inositolia saa kaurasta, vehnänalkioista, leseestä, rusinoista, pähkinöistä, pavuista ja kaalista. Myo-inositoli ja D-chiro-inositoli ovat inositolin kaksi eri muotoa, joita syntyy elimistössämme tietyn entsyymin vaikutuksesta.

Donaferty sisältää Myo-inositolia ja D-chiro-inositolia suhteessa 40:1, joka vastaa näiden aineiden normaalia suhdetta elimistössämme. <sup>6</sup>

Inositolin vaikutuksia on tutkittu mm. insuliiniresistenssiin ja hedelmättömyyteen. Donafertyn käyttöä suositellaan erityisesti raskautta suunnitteleville.

**Foolihappo** on B-vitamiini. Sitä tarvitaan solujen aineenvaihduntaan ja punasolujen tuotantoon. Folaatti on tutkitusti tärkeä raskauden ajan vitamiini, joka turvaa sikiön normaalia kehitystä.

*"Alustavat tutkimustulokset vaikuttavat lupaavilta. Uskon osan naisista saavan tästä apua PCOS:n aiheuttamiin haasteisiin", Terhi Piltonen toteaa.*

Donafertyn annossuositus on 2 kertaa päivässä, aamuin illoin pussillinen veteen liuotettuna. Pakkaus sisältää 60 annospussia. Tuote on saatavilla apteekeista 15.6.

Haastattelu- ja materiaalityyynöt sekä videolinkit puhujien esityksiin:

[Riitta.rautakoura@doctrina.fi](mailto:Riitta.rautakoura@doctrina.fi)

tai puh. 040 754 1673

<http://exeltis.fi>

<http://donaferty.fi/inositol.html>

Kuvia:

<http://news.cision.com/se/exeltis>

#### Viitteet:

1. D. Garg, R. Tal. Inositol Treatment and ART Outcomes in Women with PCOS, International Journal of Endocrinology, Article ID 1979654, 9 pages, 2016.
2. A.D. Genazzani. Inositol as putative integrative treatment for PCOS, Reproductive BioMedicine Online, Volume 33, (6), Pages 770–780, 2016.
3. J.E. Nestler & V. Unfer. Reflections on inositol(s) for PCOS therapy: steps toward success, Gynecological Endocrinology, 31:7, 501-505, 2015.
4. R.D'Anna, V.Benedetto, P.Rizzo, Myo-inositol may prevent gestational diabetes in PCOS women. Gynecological Endocrinology, 2011.
5. P-A. Regidor, A. E. Schindler. Myoinositol as a Safe and Alternative Approach in the Treatment of Infertile PCOS Women: A German Observational Study, International Journal of Endocrinology, Article ID 9537632, 5 pages, 2016.
6. Fabio Facchinetti et al. International Consensus Conference on Myo-inositol and D-chiro-inositol in Obstetrics and Gynecology: the link between metabolic syndrome and PCOS. European Journal of Obstetrics & Gynecology and Reproductive Biology 195 (2015) 72–76.